

## **ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ, ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ И РАБОТОСПОСОБНОСТИ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ И ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ, ОТНОСЯЩИХСЯ К СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЕ**

*Каныгина Л.Н.*

*УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов  
медицинский университет»*

**Введение.** В связи с введением в ВГМУ с 2005 – 2006 учебного года занятий по физической культуре с иностранными студентами мы поставили перед собой задачу изучить особенности физического развития, физической подготовленности и физической работоспособности отечественных и иностранных студентов.

**Цель.** Изучить и определить различия физического развития, физической подготовки и работоспособности у отечественных и иностранных студентов.

**Методы исследования.** Антропометрические методы измерений, метод Руфье и педагогическое тестирование.

**Результаты исследования.** В тестировании приняли участие девушки 1985 г. рождения 3-его курса лечебного факультета, как иностранные, так и отечественные студентки, относящиеся по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.

Физическое развитие оценивалось по следующим показателям (табл. 1): рост, вес, затем рассчитывался индекс массы тела (ИМТ).

Таблица 1

Показатели	Вес (кг)	Рост (см)	ИМТ (гр)
Отечественные студентки	56,5	170	332
Иностранные студентки	52,4	158,1	331
Разница показателей	4,1	11,9	1

В результате полученных данных антропометрических исследований, мы можем утверждать, что отечественные студентки выше ростом на 11,9 см, следовательно, вес тела у них также больше на 4,1 кг, чем у иностранных студенток, а результаты весоростового показателя (ИМТ) практически одинаковые.

Тестирование физической подготовленности осуществлялось по следующим показателям (табл. 2): силовая подготовка (поднимание туловища, скоростная подготовка (челночный бег 4 x 9 м), скоростно-силовая подготовка (прыжки в длину с места)).

Таблица 2

Показатели	Прыжок в длину (см)	Челночный бег 4 x 9 м (сек)	Поднимание туловища (кол-во раз)
Отечественные студентки	167	10,6	47
Иностранные студентки	130	12,2	36
Разница показателей	37	1,6	11

Результаты тестирования, отраженные в табл. 2 говорят, что физическая подготовка в прыжках больше на 37 см, челночном беге быстрее на 1,6 сек, поднимании туловища больше на 11 раз у отечественных студенток, чем у иностранных.

Как показали результаты тестирования работоспособности у иностранных студентов индекс Руфье равен 9,9, у отечественных студенток – 10,9.

**Выводы.** 1. По результатам исследования физического развития Индекс массы тела у иностранных и отечественных студенток не имеет существенных отличий и находится на одинаковом уровне.

2. Показатели физической подготовленности иностранных и отечественных студенток отличаются: по скоростно-силовой подготовки разница составляет 37 см, по скоростным качествам – 1,6 сек, а так же тест силовой подготовки имеет существенное различие у отечественных студентов. Следовательно, отечественные студенты физически подготовлены лучше, чем иностранные.

3. В системе отечественного образования по предмету физическая культура большое внимание уделяется на комплексное развитие физических качеств, что и отразилось в показателях тестирования физической подготовленности студенток.

4. По показателям функциональных возможностей иностранные студентки не уступают отечественным, а даже в чем-то превосходят, следовательно, они могут в полном объеме выполнять предлагаемые физической нагрузки для отечественных студентов.

Литература:

1. Здоровье и физическая подготовка студенческой молодежи. Материалы городской научно-практической конференции «Здоровье и физическая подготовка студенческой молодежи», посвященной 70-летию кафедры физической культуры ВГМУ. – Витебск: ВГМУ, 2005.

2. Настольная книга учителя физической культуры /Под ред. проф. Л.Б. Кофмана. – М : Физкультура и спорт, 1998.